

みんなで元気に！エンパワメントのコツ18条
A World of Possibilities! Empowerment 18 Tips



ゆめ みらい
1. 夢をもとう、未来はもっとすばらしい
The best is yet to come.



わたし たいせつ ひと じぶん ほこ
2. 私は大切な人、自分に誇りをもとう

I am special. Be proud of oneself.



3. とにかくやってみよう

Let's try it.



4. なんとかなるさ、^{おも}と思おう

It's going to be all right.



なかま

II. 仲間エンパワメントPeer Empowerment

じぶん じしん

5. 自分に自信をもとう

Yes, we can.



ひと 6. 人とのちがいを^{たの}楽しもう

Celebrate diversity.





なかま ちから しん
7. 仲間の力を信じよう
Believe in group creativity.



III. ^{そしき}組織エンパワメントCommunity Empowerment

8. ^{ひと}人^{たいせつ}びとの^{だいじ}大切なものを大事にしよう

Respect values of others.



ひと ねが こと
9. 人びとの願いに応えよう

Respond to the needs of others.



ひと
10. 人ひととできることをさがそう
Identify our capabilities.



ひと とも まな すす
11. 人びとと共に学び、進もう
Learn together for improvement.



せいかつ
IV. 生活エンパワメントPractice in Life

いっしょ つか
12. さまざまなエンパワメントを一緒に使おう

Build empowerment through synergy.



13. ^か変わることにわくわくしよう
Have fun while changing.



14. ささえあおう

Enhance mutual support.



15.よくきいてみよう

Listen with empathy.



16.おもしろがろう
Enjoy practicing.



かんしゃ
17.いつも感謝しよう

Always be thankful.



hop



けいけん みらい
18. 経験を未来につないでいこう
Bridge our experiences to future.



みんなで^{げんき}元気に!

エンパワメントのコツ 18^{じょう}条

ISBN 978-4-9905933-4-6

2021 年 12 月 1 日 第一刷発行

著 者 安梅勅江

挿 絵 ひろ衛

出 版 エンパワメント研究教育フォーラム

印刷製本 東京都同胞援護会

Make a World of Possibilities!

Empowerment 18 Tips

2021, December, 1 First Edition

Author: Tokie Anme, PhD

Picture: Hiroe

Publish: Empowerment Research and Education Forum

Printing: Tokyo Doho-Engokai